Învățămîntul politico-ideologic,

sprijin important în formarea sportivilor

PERFORMANȚA CEA MAI PREȚIOASĂ, CARACTERUL OAMENILOR, PREGĂTIREA LOR PENTRU VIAȚĂ

Așa cum a indicat secretarul general al partidului, tovarășul **Nicolae Ceaușescu,** de la înalta tribună a Congresului al XII-lea al P.C.R., în întregul partid se desfășoară o intensă activitate ideologică și politico-educativă pentru formarea omului nou, cu o înaltă conștiință socialistă. Promovînd răspîndirea experienței pozitive și militind pentru eliminarea lipsurilor care mai persistă, **învățămîntul de partid,** din care face parte și învățămîntul politic de masă, și-a lărgit aria de cuprindere, studiul a devenit mai temeinic, ceea ce se reflectă, în primul rind, în ridicarea conștiinței fiecăruia dintre noi.

Printre milioanele de cursanți, membri de partid, ai organizațiilor sindicale, de tineret și femei se află și sportivii. Acum se face bilanțul acestei activități, se țin seminariile recapitulative, se sintetizează cunoștințele dobîndite într-un an de studiu. Așa au făcut-o sportivii clubului **VOINȚA din Capitală,** unitate care reprezintă în sport aproape 60 000 de oameni ai muncii din cooperația meșteșugărească și îndrumă 32 de asociații Voința, cu aproape 32 000 de membri. În cele 11 secții ale sale activează peste 400 sportivi de performanță, la baschet, box, canotaj, ciclism-juniori, fotbal, handbal, orientare turistică, popice, șah, tenis de masă, volei, în care ponderea o reprezintă fetele. Sînt printre aceștia sportivi de mare performanță, componenți ai loturilor naționale și olimpice, iar alături de ei sportivi de perspectivă. Pentru toți, ca și pentru activul angaja anul de învățămînt ideologic a constituit prilej de noi cunoștințe, indispensabile formării omului noii societăți. „Anul acesta am pus un și mai mare accent pe învățămîntul de partid, ne spunea tovarășul **Puiu Anghel,** președintele clubului, conștienți că îndeplinim o sarcină de partid, că facem tot mai mult un lucru indispensabil formării sportivilor noștri. Învățămîntul ideologic s-a desfășurat mai bine ca în oricare alt an. Ne-am bucurat de tot sprijinul Cabinetului pentru activitatea ideologică și politico-educativă al Comitetului de partid al sectorului 3, de îndrumarea tovarășei Rozalia Sităruș, mereu receptivă la solicitările noastre. De fapt, învățămîntul a avut loc chiar la sediul cabinetului. Așa cum s-a precizat în documentele de partid, temele au fost legate de activitatea practică a sportivilor. Iată cîteva dintre ele : „Sarcinile ce revin sportivilor de performanță și activului mișcării sportive în lumina documentelor Congresului al XII-lea și a Mesajului adresat de către tovarășul Nicolae Ceaușescu participanților la Conferința pe țară a mișcării sportive", „Pregătirea tinerei generații pentru muncă și viață, creșterea răspunderii ce-i revine față de prezentul și viitorul națiunii noastre socialiste", „Opoziția dintre știință și religie. Combaterea misticismului, sarcină esențială în activitatea educativă a sportivilor", „Forme de manifestare a patriotismului în sportul de mare performanță". Printre lectori s-au numărat **N. Stancu,** prim-vicepreședinte al C.M.E.F.S. București, **Gh. Bondoc** și **G. Norbert,** șefi de catedră la Cabinetul sectorului 3, **N. Șerbănescu,** directorul muzeului sportului. Ultimul și-a ținut lecția chiar la muzeu, susținînd, în final, partea teoretică cu exemple concrete de manifestare a patriotismului în sportul de mare performanță".

La asemenea teme și cu o asemenea organizare, reușita a fost, poate, firească, nu numai din punct de vedere al prezenței ci, mai ales, al eficienței. Sportivii s-au simțit atrași de conținutul temelor, printre ei numărîndu-se campioanele mondiale la popice **Elena Pană, Elena Andreescu** și **Elisabeta Badea,** baschetbalistele **Ștefania Borș, Tatiana Popescu** și **Gabriela Strugaru,** canotoarele **Olga Fundăcescu** și **Silvia Nedelcu** — componente ale lotului olimpic, boxerul **M. Teofil,** cicliștii-juniori **O. Ce'ea** și **C. Neagoe,** voleibalistele **Helga Bogdan** și **Maria Cristoloveanu.** Și alături, „în bănci", s-au aflat mereu antrenorii **M. Zelinschi, P. Purje, S. Niculescu, Gh. Neagoe, Rodica Mihalache, Crista Szöcz,** maestră emerită a sportului, antrenoare și secretar adjunct al organizației de partid.

Astfel se explică în principal faptul că, în majoritatea lor, sportivii clubului Voința au o comportare demnă în viață și pe terenul de sport. La Voința nu se află în prezent nici un sportiv suspendat, sancționat. Mai sînt însă și rămîneri în urmă. Mai e — de pildă — cazul tînărului popicar **I. Bisoc,** cu care s-a stat îndelung de vorbă, dar a continuat cu lipsurile de la antrenamente și jocuri și, bineînțeles, de la învățămînt, nu a încetat cu pretenții materiale absurde, dar în cele din urmă s-a autoeliminat, și încă în modul cel mai rușinos, plecînd cu două rînduri de echipament și cu legitimația sustrasă dintr-un dulap. Vorba aceea, pădure fără uscături... E un caz însă care nu poate umbri o activitate frumoasă, încununată de o comportare demnă, care răsplătește eforturile activului de la Voința, care completează bilanțul acestui club cu campioni mondiali și maeștri emeriți ai sportului și, înainte de toate, cu **sportivi-oameni.**

Constantin ALEXE

Cîmp larg deschis inițiativelor pionierești

COPIII ÎNVAȚĂ — ȘI PRIN SPORT — SĂ MUNCEASCĂ, SĂ DEVINĂ BUNI GOSPODARI!

Cuvîntul de ordine: în fiecare școală generală un minim de amenajări pentru sport

Mîine, 22 iunie, se sărbătorește Ziua Pionierului. Mîine, miile și miile de purtători ai cravatelor roșii cu tricolor își vor îndrepta din nou gîndurile lor senine și curate, de fierbinte dragoste și adîncă recunoștință față de partid, pentru copilăria fericită ce le-a făurit-o, pentru viitorul luminos. Micilor cetățeni ai patriei le urăm să crească mari și sănătoși și viguroși, prin muncă și învățătură, prin joacă și prin sport.

O temă larg dezbătută la recentele lucrări ale celei de a IV-a Conferințe Naționale a Organizației Pionierilor a fost cea legată de dinamica dezvoltării bazei materiale a sportului pentru cei mici — șoimi ai patriei și purtători ai cravatei roșii cu tricolor. Statisticile atestă că în această direcție s-a realizat foarte mult, cei mai mici cetățeni ai țării beneficiind astăzi, prin grija partidului și statului, de aproape 5 500 de amenajări simple (terenuri, sectoare pentru atletism, porticuri de gimnastică etc.), peste 2 000 de minicomplexe, circa 160 de bazine de înot (dintre care 7 acoperite). În același timp, copiilor din rețeaua unităților de învățămînt preșcolar și școlar le stau la dispoziție aproape 700 de săli de sport construite și alte peste 2 000 amenajate. Se evidențiază în preocuparea permanentă de a spori continuu, prin inițiative locale, sub impulsul marii competiții sportive naționale „Daciada", zestrea sportivă a celor mici, îndeosebi județele Brașov, Cluj, Constanța, Dîmbovița, Hunedoara, Iași, Maramureș, Teleorman și Timiș, municipiul București.



Frumoasa sală de gimnastică a Clubului sportiv școlar nr. 2 din Capitală cunoaște o activitate continuă. Ea are porți deschise pentru toate unitățile de învățămînt din Sectorul 2...

Foto : Vasile BAGEAC

O mare eficiență au avut, în același timp, inițiativele izvorîte din însăși masa copiilor, dornici să-și amenajeze în perimetrul locuințelor sau școlilor spații pentru joacă, pentru sport. În județul Dolj, cum se sublinia în lucrările sus-amintite, în peste 60 de comune, copiii și școlarii și-au asigurat, cu forțe proprii, prin muncă patriotică, un minim de amenajări pentru practicarea exercițiilor fizice, acțiune prezentă în planurile de activități obștești ale unităților și detașamentelor de pionieri, în calendarele sportive ale asociațiilor sportive din școlile generale. O preocupare similară s-a semnalat și printre copiii din județele Buzău, Sibiu, Satu Mare și Tulcea. Un exemplu lăudabil îl oferă școlile generale din orașul Oltenița, care dispun, în totalitate, de baze sportive moderne, de terenuri bituminizate pe care au fost „plantate" panouri de baschet, stîlpi pentru volei, porticuri de gimnastică sau porți de handbal. Luna aprilie — declarată, prin tradiție, luna amenajărilor sportive în toate școlile — a marcat, în ciuda condițiilor meteorologice neprielnice, un puternic avînt, un pas înainte în completarea inventarului sportiv al școlilor generale.

Vacanța de vară coincide cu numeroase angajamente pe care copiii și le-au luat de a continua această frumoasă și utilă activitate obștească ai cărei beneficiari sînt ei înșiși. Cum foarte bine se sublinia în lucrările Conferinței, **copiii învață — și prin sport — să devină buni și pricepuți gospodari.**

În fine, ar mai fi de semnalat faptul că, începînd din noul an școlar, Consiliul Național al Organizației Pionierilor preconizează declanșarea unei mari acțiuni de amenajare a bazelor sportive școlare sub genericul **„Cea mai frumoasă curte, cei mai harnici pionieri !"**

Tiberiu STAMA

CARNET DE VACANȚĂ

LA „TINERETULUI" ÎNOTUL SE ÎNVAȚĂ PE CLASE, LA MAREA TABLĂ ALBASTRĂ A PISCINEI...

Acum, în vacanța mare școlară, puștimea din Capitală pare mai alertă, mai grăbită. Se circulă numai cu autobuze rapide, cu „31R" — spre exemplu — care își îndreaptă... ținuta abia după ce trece de „Tineretului". Ajunși aici, o parte din micii călători grăbesc către piscine, scoțînd din mers tichetele roșii eliberate de **Centrul de inițiere la înot.** Ceilalți continuă vechiul drum spre îndrăgitele terenuri de atletism, volei, handbal, rugby, baschet, tenis de cîmp...

La Complexul Tineretului, clopoțelul vacanței de vară sună la ora 9 fix. Nu există întîrzieri, iar de absențe nici vorbă ! Se lucrează intens, pe clase, după metode moderne. La înot, primele lecții se predau în amfiteatrul de iarbă verde, apoi la tabla albastră a bazinului. Prima parte, cea teoretică, merge destul de ușor. Profesorii explică, elevii ascultă. La „tablă", însă, la primul contact cu „imensitatea" apei, cei mai mici își caută din priviri părinții, bunicii retrași la umbră. După zece minute însă, respectiv după ce toată lumea a bătut zdravăn cu picioarele în oglinda bazinului, după ce fiecare și-a udat bine fața cu apă, nimeni nu mai vrea să iasă pe uscat. Seara, tîrziu, în „cancelaria" acestei vechi școli bucureștene de înot, cei doi profesori coordonatori, **Paul Stroescu** și **Teodor Angelescu,** completează noi liste cu numele altor sute de copii care vor să învețe înotul în vacanță. A doua zi dimineață, la poarta scăldată în soare a ștrandului așteaptă o nouă serie de viitori înotători. Profesorii **Mihai Galeriu, Gabriel Iacobini, Mircea Olaru** ș.a. strigă rar și cu voce tare catalogul : **Patricia Moraru**... Prezent ! **Bogdan Andreescu**... Prezent ! **Școala generală nr. 74**... Prezent ! Și „31R" aduce necontenit elevi la școala înotului de la Șosea.

Dar vacanța școlară la „Tineretului" înseamnă și tenis de cîmp, cu zeci de pionieri care se pregătesc tot în fața unor table, dar împărțite — ca la aritmetică — în careuri, spre a regla mai bine tirul aprig al mingilor. Există, desigur, și o vacanță preșcolară, cu multe fetițe care învață sportul lui Nadia. Una din săli e chiar în dreptul ștrandului, în fața atrăgătoarelor piscine, a plajei însorite. Micuțele gimnaste preferă însă să zburde pe covorul înflorat al sălii. E grupa mică a antrenoarei **Elena Cernovschi,** lotul între 4 și 6 ani al C.S.Ș. Triumf. În toamnă, multe din ele vor trece la „avansate", vor fi eleve în clasa I. Printre cele mai sîrguincioase și ascultătoare viitoare performere : **Irina** și **Margareta Mițoi, Daniela Afloarei.**

Cu „31R" vin și elevii care se pregătesc pe Stadionul Tineretului. Sosesc aici, în primele ore ale dimineții, ambițioasele voleibaliste ale prof. **Daniela Balogh** de la C.S.Ș. nr. 1, atleții de la C.S.Ș. Triumf, care se pregătesc sub îndrumarea prof. **Dan Petrescu** (de dimineață pînă seara pe stadion). Vin, de asemenea, masivele grupe de rugbyști — peste 100 de elevi — team-urile redutabile antrenate de profesorii **Cristache Mitrea** și **Pericle Colimitra.** Apoi, echipele de baschet, de handbal, de oină etc. Zile frumoase, de neuitat : **a început vacanța de vară !**

Vasile TOFAN

GIMNASTICĂ ZILNICĂ PENTRU TOȚI

Exercițiul 1 : Din stînd cu brațele înainte : 1. balansarea brațelor prin înainte sus, cu ridicare pe vîrfuri ; 2. coborîrea brațelor înainte, cu revenire pe tălpi ; 3. balansarea brațelor lateral, cu ridicare pe vîrfuri ; 4. ducerea brațelor înainte, cu revenire pe tălpi. Se repetă de 8—10 ori.

Exercițiul 2 : Din stînd depărtat cu brațele lateral : 1. îndoirea laterală a trunchiului spre dreapta, cu ducerea mîinilor la ceafă ; 2. revenire în poziția inițială ; 3. îndoirea laterală spre stînga ; 4. revenire. Se repetă de 8—10 ori.

Exercițiul 3 : Din așezat depărtat cu brațele lateral : 1. răsucirea laterală trunchiului spre dreapta ; 2. revenire în poziția inițială ; 3. răsucirea trunchiului spre stînga ; 4. revenire. Se repetă de 8—10 ori.

Exercițiul 4 : Din stînd depărtat cu brațele lateral : 1. aplecarea trunchiului înainte, cu brațele lateral (spatele drept) 2. îndoirea trunchiului înainte, cu palmele pe sol ; 4. revenire în poziția inițială. Se repetă de 8—10 ori.

Exercițiul 5 : Din așezat sprijinit pe antebrațe, cu picioarele ridicate la 30—40 cm : depărtarea amplă și apropierea picioarelor. Se repetă de 10—15 ori.

Exercițiul 6 : Din stînd cu brațele lateral ; 1. fandare laterală spre dreapta, cu brațele sus ; 2. revenire în poziție inițială ; 3. fandare laterală spre stînga ; 4. revenire. Se repetă de 8—10 ori.

Indicații : — atît în timpul executării exercițiilor, cît și după fiecare să se respire cît mai amplu ; numărul de repetări indicat în text poate fi redus sau mărit, în funcție de preferințele individuale ; ținînd cont de temperatura mai ridicată a aerului, se recomandă executarea programului de gimnastică cu geamul deschis, în aer liber, îmbrăcați cît mai sumar ; dușul călduț, apoi rece și fricționarea corpului cu un prosop aspru vor activa circulația sanguină a pielii și vor contribui la călirea organismului ; cu ocazia excursiilor sau la ștrand se pot executa exercițiile în mai multe serii, contribuind astfel la creșterea eficienței lor.

prof. Carol BEDŐ

ANUNȚ

CENTRUL DE CERCETĂRI PENTRU EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT și CENTRUL DE PERFECȚIONARE A CADRELOR DIN C.N.E.F.S. organizează luni, 23 iunie 1980, la ora 13, în sala din Bd. Muncii 37—39, o dezbatere cu tema : „MODELĂRI ANALOGICE ÎN SPORT". Referatele de bază vor fi susținute de dr. V. Dumitrescu și prof. Dumitra Negoiță.